

<<食物相宜>>

图书基本信息

书名：<<食物相宜>>

13位ISBN编号：9787538428131

10位ISBN编号：7538428135

出版时间：2004-1-1

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：王慧刚

页数：69

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<食物相宜>>

内容概要

俗话说“民以食为天”，从远古时代起，人们就非常重视合理饮食，并在漫长岁月里总结出许多的宝贵经验。

饮食是人类吸收营养最直接的方法，本书结合现代生活的饮食特点，告诉您什么食物有益健康，什么食物放在一起吃会使营养价值倍增，让您在琳琅满目的食品摆放柜里找到适合您口味的，有价值的营养食品。

<<食物相宜>>

书籍目录

菠菜+猪肝土豆+牛肉生姜+牛肉鸡肉+栗子山药+鸭肉米醋+鲤鱼萝卜+豆腐豆腐+鱼葱+内脏+蒜+韭菜+肉类芝麻+海带胡萝卜+菠菜苹果+茶叶+洋葱蔬菜+红葡萄酒+谷物大蒜+肉豆苗+虾仁鸡蛋+百合蜜糖+甲鱼花生+啤酒+毛豆花生米+红葡萄酒菠菜+鸡血豆类+油脂类+蔬菜海带+豆腐菠菜+豆腐咖啡+糙米+牛奶鸡蛋+韭菜猪肚+豆芽牛肉+鸡蛋生姜+羊肉胡萝卜+黄芪+猪肚+山药太子参+黄芪+青豆莲子+猪肚鸡肉+人参章鱼+猪蹄竹笋+鸡肉萝卜+鸡肉+枸杞蘑菇+豆腐+蒜+葱茼笋+蒜苗油菜+豆腐菊花+丝瓜牛奶+橘汁白鸭+地黄+山药猪腰+木耳黄瓜+马铃薯+西红柿鲫鱼+黑木耳木耳+豆腐青蒜苗+豆腐干牛奶+蜂蜜黄瓜+木耳茄子+黄豆.....

<<食物相宜>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>